

Setiap orang memiliki sejarah kehidupan mereka sendiri. Ada yang berjaya disebabkan kemiskinan ibu bapa tidak kurang juga ingin mengubah nasib keluarga supaya menjadi lebih baik pada masa akan datang.

Bagi Ketua Jabatan dan Pakar Psikologi Klinikal Jabatan Psikiatri Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan Universiti Putra Malaysia (UPM), Prof Madya Dr Firdaus Mukhtar, apa yang membuatnya dia mencapai tahap seperti sekarang disebabkan kekuatan ibu yang

berjaya membesarkan mereka tujuh beradik selepas kematian ayah 35 tahun lalu.

Malah kejayaan menggenggam Ijazah doktor falsafah pada usia 30 tahun juga bagi memenuhi impian ayah yang ingin melihat dirinya menyambung pengajian ke peringkat paling tinggi.

"Ketika berusia lapan tahun sebelum ayah meninggal dunia dia berpesan supaya saya memperoleh doktor falsafah pada usia 30 tahun. Pada usia itu saya langsung tidak faham apa yang ayah sampaikan. Namun nasihat

itu melekat dalam pemikiran saya sehingga saya berjanji mengotakan amanat itu," katanya memulakan cerita.

Walaupun dibesarkan dalam keadaan serba kekurangan dengan ibu hanya bekerja sebagai tukang cuci dan mengambil upah menjahit baju, Dr Firdaus tidak pernah menjadikannya sebagai kekuatan ibu mencari rezeki menyara keluarga menguatkan lagi semangat untuk belajar bersungguh-sungguh agar dapat mengubah nasib keluarga.

> 57



Dr Firdaus bersama wakil luar negara ketika menghadiri persidangan di luar negara.

KETABAHAN IBU JADI INSPIRASI

Dr Firdaus dibesarkan di kawasan setinggan dikelilingi pelbagai masalah sosial



Dr Firdaus berjaya mengharumkan nama Malaysia di peringkat dunia dalam bidang psikologi.

DARI MUKA 56

Dia yang bercita-cita menjadi pakar psikologi sejak kecil menjelaskan keinginan menceburi kerjaya ini disebabkan dia sendiri dibesarkan dalam persekitaran bermasalah.

"Bayangkan saya tinggal di rumah setinggan jalan Ipoh, Kuala Lumpur di kelilingi pelbagai masalah sosial. Adik-beradik saya sendiri ada yang terbabit dengan dadah dan keluar masuk penjara. Namun ibu sangat kuat, dia tetap meneruskan perjuangan mencurahkan bakti dan kasih sayang kepada semua anak tanpa sebarang syarat. Setiap hari saya melihat ketabahan ibu berhadapan pelbagai kesukaran. Cemuhan menjadi halwa telinga namun dia tetap kekal bersemangat.

"Inilah penyebab saya ingin menjadi pakar psikologi kerana banyak perkara yang boleh dilakukan terutama membantu mereka yang menghadapi masalah emosi dan kejiwaan. Saya percaya setiap perubahan sama ada positif atau negatif jika individu itu mampu bertahan akan membuahkan kejayaan," katanya.

Pada 1999, Dr Firdaus berjaya mendapat Ijazah Sarjana Muda Sains Psikologi dari Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIA), seterusnya menyambung Sarjana Psikologi Klinikal Universiti Edith Cowan di

Perth, Australia pada 2003 dan Doktor Falsafah Psikologi Klinikal di Universiti Queensland, Brisbane, Australia pada 2007 menerusi tajaan Universiti Sains Malaysia (USM).

Selepas menamatkan pengajian, Dr Firdaus kembali ke Malaysia dan berkhidmat sebagai pensyarah kanan di UPM pada 2009 seterusnya menjadi ketua jabatan sehingga sekarang.

BIDANG TUGAS PAKAR PSIKOLOGI

Menjelaskan bidang tugas sebagai pakar psikologi klinikal, Dr Firdaus berkata, dia perlu melakukan diagnosis psikiatri ke atas pesakit, penilaian psikologi seperti masalah autisme untuk kanak-kanak dan dewasa, rawatan intervensi serta ceramah bagi mengurangkan stigma terhadap masalah mental.

"Tetapi pada masa sekarang kesedaran masyarakat semakin bertambah untuk mendapatkan rawatan. Mungkin disebabkan peranan media massa yang membantu membuang stigma mengenai penyakit mental. Selain itu bagaimana individu psikologi seperti masalah autisme untuk kanak-kanak dan dewasa, rawatan intervensi serta ceramah bagi mengurangkan stigma terhadap masalah mental.

"Pada saya stigma masyarakat perlu diubah

dengan membuang anggapan bertemu pakar psikologi disebabkan sakit mental atau gila sebaliknya menganggap ia sama seperti penyakit lain bertemu doktor untuk mendapatkan ubat-ubatan," katanya.

Dia juga turut berhadapan pesakit daripada pelbagai golongan sama ada kanak-kanak, remaja, dewasa dan orang tua. Bukan saja di klinik psikiatri tetapi klinik perubatan iaitu mereka yang dirujuk oleh doktor disebabkan sakit jantung, sakit puan, kanser atau menghadapi masalah kejiwaan. Apa saja perubahan membabitkan psikososial dan emosi akan dirujuk kepada pakar psikologi untuk tindakan selanjutnya," katanya.

Menafikan pakar psikologi mampu membaca fikiran orang lain, sambil tersenyum ibu kepada lima cahaya mata ini mengatakan ia bertakung berdasarkan latihan dan pembelajaran bagi memahami tingkah laku yang diperoleh menerusi bahasa badan dan komunikasi tanpa perkataan. Namun ilmu paling mahal adalah mendengar dan bersabar untuk tidak memberikan penyelesaian selanjutnya.

"Ramai orang boleh mendengar tetapi kebanyakan mereka terus memberi penyelesaian kepada masalah ini. Begitu juga dengan empati iaitu memahami apa orang

lain rasa sedangkan dia tidak pernah melaluinya," katanya.

Jelas Dr Firdaus, sepanjang bertugas pengalaman paling terkesan apabila melihat individu cuba bertahan dan menerima ahli keluarga yang memberi tekanan kepada mereka. Sebagai contoh ibu yang mempunyai anak autisme tetapi boleh meluahkan masa menjalani terapi.

"Jadi pengorbanan dan penerimaan masyarakat sangat memberi kesan kepada saya kerana mereka datang secara formal. Berbeza dengan saya yang menjalani kehidupan secara natural apabila ibu gigih berjuang untuk mewujudkan keluarga yang baik tanpa ada rujukan profesional," katanya.

TERBABIT DI PERINGKAT ANTARABANGSA

Memainkan peranan sehingga ke peringkat antarabangsa, Dr Firdaus terpilih sebagai presiden Persatuan Terapi Kognitif Asia (CBT) pada 2018 sehingga 2021. Malah kegigihan dan kesungguhan dalam bidang psikologi membuatkan dia diiktiraf di peringkat antarabangsa apabila menerima Anugerah Penyelidikan Terbaik di Persidangan Perilaku Antarabangsa, Greece.

Kejayaan ini mendorong Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) melantik

Dr Firdaus sebagai Panel Pakar CBT bagi menjalankan dan membina manual dan latihan CBT kepada semua pakar perubatan keluarga di negara ini. Di peringkat kebangsaan pula dia juga adalah Setiausaha Persatuan Psikologi Klinikal Malaysia (MSPC) dan kini ahli Persatuan Perubatan dan Sains Kesihatan.

Pencapaian tertinggi Dr Firdaus apabila dianugerahi Mentor Sains oleh UOreal Malaysia atas sumbangannya dalam penyelidikan mengenai CBT dan imunologi. Pada 2017, kerja penyelidikannya disenarai pendek untuk Anugerah Penyelidikan Terbaik di MAPIM dan dia juga menerima Anugerah Perkhidmatan Cemerlang UPM.

Lebih membanggakan pada Julai ini, Dr Firdaus satu-satunya wakil Asia yang akan menyampaikan ucapan pada Persidangan Terapi Kognitif dan Tingkah Laku (WCCBT) di Berlin, Jerman.

"Saya sangat teruja menghadiri persidangan ini untuk menyampaikan kertas kerja mengenai terapi CBT menurut pengalaman dan ruang lingkup di Malaysia. Saya difahamkan kebanyakan wakil dari negara lain sangat teruja untuk mendengar pembentangan yang akan saya sampaikan," katanya. - Siti Zarinah Sahib